शुचिर्भूतपणा.



हा लाहानसा ग्रंथ स्वदेशाच्या कल्याणार्थ

गोविंद नारायण यांणीं

रचिला आहे.

तिसरी आवृत्ति.

मुंबईमध्यें

गणपत कृष्णाजी यांचे छापखान्यांत छापिला.

सन १८५६.



अनुक्रमणिका.

प्रस्तावना.

निर्मळपणापासून मनुष्यमात्रास किती सुख व समाधान होतें, आणि मळीणपणापासून किती दुःख व हानि होती, हें बहुतेकांस माहीतच आहे. अंतःकरणाचा आणि शरीराचा निर्मळपणा सर्व सुखाची खाण आहे; कारण त्यापासून सर्व सद्गुण उत्पन्न होतात, हें लक्षांत धरून मनुष्यानें सर्वकाळ शुचिर्भूतपणाने राहायास झटलें पाहिजे. त्याचप्रमाणें मळीणपणा, सर्व दुःखाची खाण आहे, आणि त्यापासून अनेक दुर्गुण उत्पन्न होतात, यास्तव त्यापासून दूर असलें पाहिजे.

सारांश, शुचिर्भूतपणापासून अनेक कल्याणें होतात हें मनांत आणून, या विषयावर कांहीं लिहून आमच्या लोकांचें हित करावें हा मनांत पूर्ण हेतु धरून, म्या हा लहानसा ग्रंथ रचिला आहे. तर आमच्या लोकांनीं तो वाचून पाहावा, आणि त्यांत ज्या गोष्टी रचिल्या आहेत, त्या बऱ्या अथवा वाईट, याचा विचार करून, बऱ्या आहेत असें अनुभवास

आलें तर त्यांचा स्वीकार करावा; ह्मणजे हा ग्रंथ रचण्याचें सार्थक झालें, असें आह्मास वाटेल. य देशांत सध्या उत्तरोत्तर दुःखाची वृद्धि, आणि सुखाचा अपकर्ष होत चालला आहे, तो न होण्यास हा एक उपाय आहे, असें माझ्या बुद्धीस वाटतें. सूक्ष्म विचार करून पाहिलें असतां, असें दिसून येतें कीं सुशीलता व शुचिर्भूतपणा सर्वत्र पूज्य आहेत. आणि सर्व संपत्ति व सुखें त्यांला अनुसरून असतात, यांपासून ज्ञानाचीहि वृद्धि होती, असे त्यांपासून अनेक लाभ होतात याचें मनन करून पाहावें, हीच माझी सर्वांस प्रार्थना आहे. सांप्रत हिंदु लोकांची दुर्दशा होत चालली आहे, तिचा प्रतिबंध करण्यास असले कांहीं उपाय आपण न योजिल्यास आपलें कल्याण कधींहि होणार नाहीं, असें निःसंशय जाणावें.

घर व त्याच्या सभोंवतील जागा, कसी निर्मळ ठेवावी, आणि असा निर्मळपणा ठेवल्यानें कोणकोणते लाभ होतात यांचा विचार.

आपण ज्या घरांत राहतों तें स्वच्छ असलें पाहिजे, कारण, आपणास सुख प्राप्त होण्याचें तें मूळ स्थान आहे. घराच्या भिंती मळीण होऊं न देतां त्यांजवर मुलांस कोळशाच्या रेघा तावैं इत्यादि काढूं देऊंनये, व दारांवर किंवा खिडक्यांवर खडूनें चित्रें काढूंदेऊंनये; त्याचप्रमाणें त्यांस ओस्यावर किंवा दारासमोर, व दुसरे ठिकाणीं घाण करूं देऊं नये, फळें खालीं असतां, त्यांच्या साली, व बिया, मनास येईल तिकडे टाकूं देऊं नये. त्या एकीकडे दूर नेऊन टाकायास सांगावें, किंवा आपणापासीं चाकर असला तर त्याजकडून टाकवाव्या. आपल्या सामर्थ्यानुरूप घरास प्रतिवर्षीं चुना लावावा, व जमिनी करवाव्या, व त्यांस वारंवार सारवीत जावें, घरांत जिकडे तिकडे घुशींनीं बिळें पाडलीं आहेतच, मांजरांनी घाण केलेली आहेच, मुलें माणसें पाहिजे

तिकडे थुंकत असतातच, घरांत कोणी तंबाखु ओढणारा असला ह्मणजे, जिकडे तिकडे मशेरीच्या राशी पडलेल्या आहेत. गुडगुडीचें पाणी सांडून दुर्गंधी सुटलीच आहे. असा बेबंद कारभार ठेवूं नये. वेळोवेळ केर काढून घर निर्मळ ठेवीत असावें. भलत्याच ठिकाणीं आंघूळ केली, भलत्याच ठिकाणीं तोंड धुतलें, भलत्याच ठिकाणीं आंचवलें, भलत्याच ठिकाणीं हात धुतले असें करूं नये. कित्येक लोक पान सुपारी खाऊन जिकडेतिकडे पिचकाऱ्या मारीत असतात. कोणी कोणी पानास चुना लावून चुन्याचीं बोटें सत्रंजीस, मेजास व कबाटास पुसतात; असें केल्यानें काय अपकार होतात ते त्या वेळीं दिसत नाहींत, तथापि ते कांहीं दिवसांनीं दिसून येतात.

एके दिवशीं एक तंबाखु खाणारा गृहस्थ आपल्या मित्राच्या घरीं समारंभास गेला होता. तो सभेंत बसला असतां आदरसत्कारपूर्वक त्याला पान सुपारी दिली ती खाऊन त्याणें दिवाण खान्याची भिंत व नवा गालिचा नासून टाकिला. तो असाकीं, जेव्हां त्याला थुंकावें पडे तेव्हां तो गालिचा वर करून खालीं थुंके. तो गेल्यावर जेव्हां

गालिचा कवळायास लागले तेव्हां तो सगळा पिकीने भरलेला होता. हें पाहून घरधन्यास फार वाईट वाटलें आणि आपल्या मित्राचा तिरस्कार आला. याप्रमाणें मळीणपणा ठेविला व बेशिस्तपणाने वागलें असतां मानहानी होऊन स्नेहांत अंतर पडतें.

घरांत भलत्याच ठिकाणीं पाणी सांडलें असतां तेथील जमीन कुजती, आणि तिजपासून दुर्गंधी निघून ती आपण श्वासोश्वास घेतों तेव्हां पोटांत जाती, तेणेंकरून पडसें, खोकला, ज्वर, इत्यादि शरीरास नानाप्रकारचे विकार उत्पन्न होतात. घरांत बिळें पडलेलीं असलीं ह्मणजे त्यांत अनेक प्रकारचे जीव राहतात, मग ते कदाचित् पाण्यांत, व खाण्याच्या पदार्थांत जातात, आणि जर त्यांबराबर ते पोटांत गेले, तर त्यांपासून अनेक अपकार होतात; व कितीएक लहान जीव अंथरुणावर चढून उपद्रव करितात, आणि झोंपलागूं देत नाहींत, आणि कदाचित् कानांत, नाकांत व तोंडांत शिरतात. आणि असी अव्यवस्था फारच झाली ह्मणजे तिजपासून हानिकारक परिणाम घडून येतात. हें

कूण व पिसा यांच्या उपद्रवानें रात्रीस निद्रा लागली नाहीं ह्मणजे प्रकृति बिघडती व दिवसास काम करिते वेळीं डुलक्या येतात. कोणी एकास विचारिलें कीं, कांहो आज सुस्तसे दिसतां तेव्हां त्याला त्यानें उत्तर दिलें काय करावें रात्रीस ढेंकूण नीज लागूं देत नाहींत. घर निर्मळ ठेवायास केवळ द्रव्यच पाहिजे असें नाहीं. गरीबगुरीब लोकांसहि घर स्वच्छ ठेवायास अवघड पडणार नाहीं; त्यापासून आपल्यास किती सुख होतें हें त्यांणीं लक्षांत मात्र ठेविलें पाहिजे. आणि शरीरास थोडेसे श्रम देऊन आळस सोडून उद्योग केला पाहिजे. मग सर्व सुखें त्यांच्या घरीं आपोआप चालत येतील. कोणतेंही सुख श्रमावांचून प्राप्त होत नाहीं. घर निर्मळ ठेवण्यास घरच्या यजमानानें स्वतः मनांत धरिलें पाहिजे. हें सिद्धीस नेण्यास त्याणें सारा दिवस मेहनत घेतली पाहिजे असेंहि नाहीं; दिवसांतून घटिका अर्धघटिका या कामांत लाविली ह्मणजे पुरे. घरांत एक वेळ नेम लावून दिल्हे ह्मणजे मुलें माणसें त्याप्रमाणेंच वागतात, आपण

मात्र त्यांजवर दृष्टि ठेविली पाहिजे, तेणेंकरून सर्व सुरळीत चालतें.

कोणी असी शंका काढील कीं, घर स्वच्छ ठेवण्यास तें मोठें व चुनेगच्ची भिंतींचें असावें; तर असें नाहीं, तें कुडाकारव्यांचें कां असेना, तेंहि निर्मळ ठेवितां येतें. ज्यांस चुना लावायाची शक्ति नाहीं त्यांणीं शेणामातीनें सारवावें, कोळ्यांचीं घरें इत्यादि झाडून जिकडे तिकडे स्वच्छ ठेविलें ह्मणजे झालें. घरास चुना लावण्यानें किती लाभ होतात ते पाहा, भिंती चांगल्या दिसून घरांत उजेडहि पडतो, पाहाणारास तें स्वच्छ दिसून घरांत राहणाऱ्यांस समाधान होतें; अणखी एक त्यापासून मोठा लाभ होतो ,तो पाहा, चुन्याच्या आंगीं जो दर्प आहे त्याच्या योगानें घरांत जिकडे तिकडे जी वाईट हवा जमलेली असती तिचा नाश होऊन हवा हितकारक होती, आणि तेणेंकरून घरांत राहणाऱ्यांस आरोग्य होतें घराच्या भिंती इत्यादि मळलेल्या, व जिकडे तिकडे केर जमलेला असला ह्मणजे, त्यापासून जी अति नाशकारक हवा निघती तिजपासून मोठी हानि होत असती. त्या हवेच्या योगानें शरीरास नानाप्रकारचे रोग उत्पन्न होतात. लाहान मुलांची प्रकृति

क्षणोक्षणीं बिघडून त्यांची बुद्धि प्रकाशित होत नाहीं, व त्यांच्या आंगीं हुशारीहि राहत नाहीं, आणि आलस्याची वृद्धि होऊन अनेक प्रकारच्याहानि होऊं लागतात. कितीएक विद्वानांचें असें ह्मणणें आहे कीं, नाकारी हवा कांहीं काळपर्यंत पोटांत गेली असतां तेणेंकरून मनुष्याचें आयुष्यहि क्षीण होत असतें; असें त्यांचें मत वास्तविक आहे, हें स्पष्ट दिसून येतें. घरांत मोऱ्या असल्या तर त्यांत आठ पंधरादिवसांनी चुन्याचें पाणी करून घालावें ह्मणजे घाण नाहींसी होते.

कोणी कोणी हजारो रुपये खर्च करून, तीन, चार, मजली इमारती बांधितात; परंतु त्यांची चांगली व्यवस्था ठेवीत नाहींत, तेणेंकरून त्यांला त्याघरापासून जीं सुखें प्राप्त व्हावयाचीं तीं होत नाहींत, ओटीवर ढोरें बांधितात, मुलें माणसें मनास वाटेल तिकडे हवा तसा व्यवहार करितात. इच्छेस येईल तिकडे तोंड धुतात, पाहिजे तिकडे पाणी सांडितात; भाजी कापून सालें व देंट घरांत कोनांत टाकितात. असा वहिवाट केल्यामुळें घरास ओल चढून शरीरास नानाप्रकारचे विकार होऊं लागतात; तर नुसतें मोठें चुनेगची घर असून उपयोग नाहीं, त्याची व्यव-

स्था चांगली असली तरच त्यापासून जीं सुखे प्राप्त व्हावयाचीं तीं होतील.

घरांत चांगला बंदोबस्त ठेविला, आणि घराच्या-आसमंतात, व घरास येण्या जाण्याच्या रस्त्याकडे कांहींच लक्ष न दिल्हें तर तेंहि उपयोगाचें नाहीं. घरांत येण्याजाण्याचा रस्ता वेळोवेळ झाडून निर्मळ ठेवीत असावा. त्याचप्रमाणें घराच्या सभोंवता स्वच्छपणा ठेवावा. घरांत कांहीं कचरा व घाण असली ह्मणजे ती खिडकीबाहेर टाकून दिल्ही, व केर झाडून ओट्याखालीं लोटून दिल्हा असें करूं नये, तें सर्व भरून दूर नेऊन टाकावें. जेवल्यानंतर उष्ट्या पत्रावळी घराच्या बाजूस भिंतीजवळ टाकितात, तसें करूं नये. हे पदार्थ घराच्या आसमंतात टाकिले असतां, ते जर तेथें राहिले तर तेथेंच कुजून त्यांपासून मोठी नाकारी हवा निघून घरांत येती, मग तिजपासून घरांतील मनुष्यांस अपकार होतात; ती नाकारी हवा पोटांत गेली, ह्मणजे जठराग्नि मंद होतो, अन्नपचन होत नाहीं, तोंडास अरुचि येती, आणि कदाचित वांतिहि होती, मस्तक दुखतें. अशा प्रकारच्या व्यथा उत्पन्न झाल्या असतां त्यांपासून मनूष्यांची बुद्धि प्रफुल्लित राहत नाहीं.

घर व त्याच्या आसमंतात जागा स्वच्छ असल्यामुळें मनुष्यांस किती समाधान होतें याविषयीं एथें एक उदाहरण लिहितों; तें वाचल्यावरून सर्व लक्षांत येईल. एके दिवसीं मी एका रोग्यास घेऊन इंग्रज वैद्याच्या घरीं कांपावर गेलों होतों; तेथें त्या वैद्याच्या घरांत त्यास एक घटकाभर बसविलें, इतक्यांत त्याच्या घरचा निर्मळपणा पाहून व बागांतील चांगल्या हवेचा स्पर्श होतांच, त्यास कांहींशी हुशारी येत चालली, आणि त्याची इच्छा झाली कीं कांहीं वेळ एथें फिरावें, मग तो हळू हळू कांहीं फिरल्यावर त्याच्या जिवास समाधान वाटलें नंतर वैद्यानें त्यास औषध दिल्हें आणि हवा पालटायाकरितां दुसरे ठिकाणीं जायास सांगितलें. पुढें तसें केल्यावरून त्यास गुण पडत चालला. आतां पाहा! ज्या घरांत तो गृहस्थ राहत असे तें फार संकुचित जागीं होतें, त्याच्या आसमंतात जो चिखल सांचलेला होता त्याच्या दुर्गंधीमुळें त्याचा रोग वाढून त्यास औषधापासून कांहीं गुण येत नसे. जेव्हां तो घर सोडून गेला तेव्हां त्यास लागलाच गुण पडला. यावरून तुम्ही पाहा कीं निर्मळपणापासून किती लाभ होतो.

घर केवढेंहि मोठें असलें, आणि त्यांत राहणारा

कितीहि श्रीमंत असला, तरीं, त्याणें त्या घराची डागडुजी यथास्थित न ठेविली तर त्यापासून त्यास हवें तेवढें सुख होणार नाहीं, उलटी कांहीं तरी इजाच होईल. तें घर बाहेरून लोकांस दाखवायास मात्र उपयोगी आहे, असें समजावें. ज्या घरांत असा बेबंदपणा असतो कीं पडलें तिकडेच पडलें, सांडलें तिकडेच सांडलें, राहिलें तिकडेच राहिलें, त्या घरांत कोणताहि नेम राहत नाहीं, असें घर असलें ह्मणजे त्यापासून मोठी हानि होती; मुलें व्याधिग्रस्त होऊन त्यांस नानाप्रकारचे दुर्गुण लागतात, तीं मनास वाटेल तसें वागतात, त्यांचीं मनें सर्वकाळ व्यग्र असतात, अभ्यास करायास हुशारी राहत नाहीं; आपलीं वस्त्रें पात्रें कोठें पडलीं, त्यांचें काय झालें, याचें त्यांस भान राहत नाहीं; यास्तव घरांत सर्व गोष्टींचा नेम ठेविला पाहिजे.

घरांतील भांडी, वस्त्रें, चिरगुटें, पेट्या, पाट, इत्यादि सर्व सामान जिकडचें तिकडे ठेविलें पाहिजे. आपल्या पोथ्या पेटींत नीट रचून ठेवाव्या, त्यांजवर मळ बसूं देऊं नये, त्या वेळोवेळीं काढून पुसून ठेवाव्या, त्यांजवर डाग पडूं देऊं नये; त्या भलत्याच ठिकाणीं टाकूं नये, ज्या पेटींत पुस्तकें ठेविलीं आहेत

ताहि वेळोवेळ झाडून स्वच्छ करावी, नाहीं तर तींत तसर शिरून पुस्तकांचा नाश करिती. ती पेटी आंतूनच स्वच्छ केली ह्मणजे झालें, असें नाहीं ती बाहेरूनहि स्वच्छ करीत असावी, जेणेंकरून पाहणारांस चांगली दिसेल, आणि उघडतेवेळीं आपल्या हातांस मळहि लागणार नाहीं. आपण एकदोन वेळां नेमानें वागलें ह्मणजे कुटुंबांतील सर्व मुलें माणसें त्याप्रमाणें वागतात. मग त्या घरांत सुखाची वृद्धि होऊं लागती. वारंवार कलह न होतां लोकांत प्रतिष्ठाही मिळती. आणि आपल्या वस्तूची-जतन चांगली होती, घर स्वच्छ होऊन, मुलें बळकट व हुशार असतात, अशीं नानाप्रकारचीं हितें होतात. जे लोक नेमानें वागतात, त्यांपासून शेजाऱ्यांचे, व दुसरे लोकांचेंहि हित होतें, मग त्यांचा शुचिर्भूतपणा पाहून तेहि त्याप्रमाणेंच करावयास यत्न करितात.

ज्याप्रमाणें घर असलें पाहिजे; त्याचप्रमाणें मुलांच्या शाळेचीहि जागा असली पाहिजे कोठें कोठें मीं असें पाहिलें आहे कीं, लहानशा मळीण, व ओलसर ओट्यावर पांच पन्नास मुलें एकमेकांस लागून दाटीनें बसतात, आणि तीं त्या सर्दींत, व धूळींत

दिवसभर लोळलेलीं असतात, तेणेंकरून त्यांचीं व-स्त्रें मळतात, व त्यांच्या आंगावर मळ बसतो, आणि तीं मळकट दिसतात. पंतोजी तर त्यांच्या निर्मळपणा विषयीं तिळमात्रहि काळजी ठेवीत नाहींत, ते आपला धडा शिकले ह्मणजे झालें, मग त्यांचे गुण कसेहि असोत! तर त्यांणीं असें करूं नये, मुलांस धुळींत व सर्दीच्या जाग्यांत, व जेथें दुर्गंधि येती तेथें कधीं बसवूं नये. त्यापासून त्यांच्या कोमळ शरीरास तात्काळ विकार होतात. दुसरी एक मोठी हानि होती, ती असी कीं, तीं अशा जाग्यांत बसूं लागलीं ह्मणजे त्यांची बुद्धिहि मळीण होती, मग तीं मतिमंद आळसी असीं होतात. जरीं तीं धडा शिकलीं तरीं त्यांच्या बुद्धीचा तेवढा प्रकाश होत नाहीं. जसें लहान झाडास चांगली जमीन व विपुळ पाणी असलें ह्मणजे त्यास पुष्कळ खांद्या फुटून, तो मोठा विस्तीर्ण वृक्ष होतो, तद्वत् लाहान मुलांस स्वच्छ जागा, आणि दुसरा निर्मळपणा असला ह्मणजे त्यांच्या बुद्धीस प्रतिदिवसीं नवे नवे अंकुर फुटत असतात, आणि तीं बुद्धिवान सुशील असीं होतात. मुलांकडून बाळपणांत विद्याभ्यास

करविला असतां तो साध्य होण्यास जसा फार प्रयास पडत नाहीं, तसाच निर्मळपणा राखावयाचा नेम लावून दिला ह्मणजे त्याप्रमाणें वागावयास त्यांस पुढें कठीण पडत नाहीं. मग जसीं जसीं तीं वाढत जातात, तसतसा तो गुण त्यांच्या आंगीं जडतो, आणि निर्मळपणा हा त्यांचा एक स्वाभाविक गुणच होतो. तोच गुण मोठेपणीं लावीन ह्मटलें, तर लागणार नाहीं. मोठेपणीं असल्या लाहानशा नेमाकडेस मन लावणें फार कठीण पडतें, आणि जरी आपण मोठा प्रयास केला तरी तो यथास्थित साध्य होत नाहीं. यास्तव हे मुलानो! तुह्मी आपल्या अल्पवयांत या प्रकारच्या नेमाकडे लक्ष देऊन निर्मळपणा हा एक सद्गुणच आहे, आणि त्यापासून आपलें कल्याण आहे, असें समजा. जरी त्यापासून कोणकोंणतीं सुखें उत्पन्न होतात, तीं तुमच्या दृष्टीस आतां आलीं नाहींत, तथापि तीं तुह्मास पुढें दिसतील. तुह्मी नेमानें वागूं लागलां ह्मणजे तुमचे लाहान भाऊ बंध तुह्मासारिखेच वागतील, त्यांस शिकवायाचे श्रम तुह्मास पडणार नाहींत. मग घरांत कोणत्याहि प्रकारचा बेबंद होणार नाहीं, व सुखाची वृद्धि होत जाईल.

पशु पक्षी देखील आपलें घर स्वच्छ ठेवण्यास झटतात, तर मनुष्यानें ठेवलें ह्मणून नवल नाहीं. आमच्या घरासमोर लाहनसा बाग असून त्यांत एक बदामीचा रोंपा होता. त्यावर सन १८४८ सांत एका कंचुक पक्ष्यानें घरोटा बांधिला ह्या पक्ष्यानें घरोटा बांधायास प्रारंभ केल्यापासून त्यांत अंडीं घालून पिलें होऊन उडून जाईतोंपर्यंत मी नित्य ओटीवर बसून त्या पक्ष्यांचे सर्व व्यापार पाहात असें. त्याणीं प्रथम दोन चांगलीं बळकट या बदामीचीं पानें पाहून तीं मजबूत काथ्याचे तंतू आणून शिवून टाकिलीं. मग त्यांत कापूस पिसें व अनेक तऱ्हेचे मउ व उष्ण पदार्थ आणून आंत मऊ, स्वच्छ जागा केली. मग महिन्या पंध्रा दिवसानीं त्यांत आंडीं घातलीं. नंतर कांहीं दिवसांनीं तीं पिलें तयार झालीं. त्यावेळीं उभयतां त्या पिल्यांचीं आईबापें चोंचींत लाहान जीव घेऊन पाळी प्रमाणें घरोट्यांत येऊन त्या पिल्यांस भरवीत. अणखी क्षणभर घरोट्याच्या कांठीं बसून तोंडांत कांहीं पदार्थ घेऊन उडून जात. असा ह्या प्रकार मी सतत आठ पंध्रा दिवस पाहि-

ला त्यावरून मी विचारांत पडलों कीं, हें काय असावें. पुढें एके दिवशीं पूर्ववत् त्या पिल्यांची आई भक्ष घेऊन आली आणि तो त्यांस भरऊन क्षणभर इकडे तिकडे फिरून नेहेमी प्रमाणें तोंडांत कांहीं घेऊन शेजारच्या भिंतीवर जाऊन बसली, आणि तेथें एक बीळ होतें त्यांत तोंडांतील पदार्थ टाकिला. हें पाहातांच मी उठून लागलाच तेथें गेलों, तों मला मोठें आश्चर्य वाटलें कीं तेथें घरोळ्यांतील मळ नेऊन जमाविला होता. कांहीं दिवसांनीं पिलें उडून गेल्यावर जेव्हां तो घरोटा काढून पाहिला तेव्हां तो आंतून फार निर्मळ होता. याप्रमाणें मुकीं जनावरें निर्मळपणा ठेवितात. त्यांचीही वहिवाट पाहून जर मनुष्यानें निर्मळपणा ठेविला नाहीं तर तो त्याचा दुर्गुण असें समजावें.

शरीर निर्मळ ठेवण्यानें कोणकोणते लाभ होतात, व मळीणपणापासून कोणकोणती हानि होती यांचा विचार.

सर्व संपत्तीमध्यें शरीरसंपत्ती श्रेष्ठ, असी मानिली

आहे. तर ती संपादन करून घेण्यास कोणकोणते उपाय आहेत, यांचा शोध केला पाहिजे. आपणास वरकड सर्व सुखें आहेत, आणि जर शरीर व्याधिग्रस्त आहे, तर तीं व्यर्थच. निरोगी शरीर असून दुसऱ्या कांहीं अडचणी असल्या तर त्या पुरवतात; यास्तव सर्व प्रकारेंकरून शरीर निर्मळ ठेवण्यास जपलें पाहिजे. मग त्यापासून कोणतीं सुखें निघतात तीं आपोआप अनुभवास येतील.

सकाळच्या प्रहरीं तोंड, हात, पाय, स्वच्छ धूत जावें, व अंघूळ करावी, मनुष्यास अंघूळीपासून मोठे लाभ होतात. या उष्ण देशांत तर लाहान मोठ्यांस स्नान हें शरीरास फार हितकारक आहे. स्नान केलें नाहीं तर हुशारी नसती, याचें कारण या उष्ण देशांत मनुष्यास फार घाम येतो, मग त्यावर रस्त्यांतील धूळ उडून शरीरास चिकटती, आणि शरीर मळीण होतें, तेणेंकरून मोठी इजा होती. घाम आला असतां त्याजवर धूळ बसली ह्मणजे ती शरीराच्या रोमरंध्रांत जाऊन शिरकती, तेणेंकरून तीं बंद होतात. रोमरंध्रें हीं शरीराचीं द्वारें आहेत, तींच बंद झालीं

ह्मणजे शरीर जड होतें. मग घाम निघत नाहीं; तो न आला ह्मणजे शरीरास विकार होतात. आपण जें पाणी पितों, व दुसरे जे पदार्थ खातों; ते घामाच्या योगानें बाहेर निघतात. तेणेंकरून शरीरास विकृति होत नाहीं, शरीर हलकें असतें; आंगांत हुशारी येऊन आळस नाहींसा होतो, आणि शरीरप्रकृति वेळोवेळ बिघडत नाहीं.

स्नान करते वेळीं अंग चांगलें चोळलें पाहिजे, उगीच डोक्यावरून तांबे ओतून घरांत येऊंनये. आंग चांगलें चोळलें ह्मणजे रोमरंध्रांतील चिकटलेली धूळ निघून जाऊन शरीर स्वच्छ होतें, मग घाम येऊं लागतो, आणि हुशारी येती. लाहान मुलांस अंघूळ घातली ह्मणजे त्यांच्या आंगीं चपलता येती; पाहा! आपण अंघूळ करितों तेव्हां आपणास किती समाधान वाटतें बरें! स्नान केलें ह्मणजे शरीर स्वच्छ होतें, आणि झोंप स्वस्थ लागती. जीं मुलें मातींत खेळतात त्यांस तर दिवसांतून एक दोन वेळ अंघूळ अवश्य घातलीच पाहिजे, त्यावांचून त्यांस समाधान होणार नाहीं; स्नान घातलें ह्मणजे धूळींत व वाईट जाग्यांत त्यांस जाऊं देऊं नये. त्यांच्या आंगास मळ ला-

गला तर, तो लागलाच धुऊन टाकावा, आणि स्वच्छ वस्त्रानें त्यांस पुसावें. स्नानाविषयीं कोणीएकानें असी गोष्ट सांगीतली कीं, करनाटक देशांत कोणी मनुष्यास ज्वर आला ह्मणजे त्यास ऊन पाण्यानें अंघूळ घालितात; आणि त्याचें अंग चांगलें चोळितात; व दुसरें कांहींच औषध देत नाहींत. असें केल्यानें त्या रोग्यास घाम येऊन त्याचा ज्वर जाऊन तो बरा होतो. याचें कारण उघड दिसून येतें कीं, त्या रोग्याच्या शरीरास मळ चिकटलेला असतो, त्या योगानें त्याचा घाम निघत नाहींसा होतो, तेणेंकरून ज्वरसंतप्त होऊन त्याची वृद्धि होती, त्यास अंघूळ घातली ह्मणजे आंगावरचा बसलेला मळ धुऊन जातो, मग रोमरंध्रें उघडीं होऊन घाम निघतो; घाम निघूं लागला ह्मणजे त्याजबरोबर ज्वरहि निघून जातो, आणि तो निरोगी होतो.

कोणाकोणाचें असें ह्मणणें आहे कीं, लाहान मुलांस निर्मळ ठेवून फळ काय? आतां धुतलीं तर तीं अर्ध घटिकेनें फिरून होतीं तशींच होतील. तर अशा समजुतीखाल त्यांस मळीण ठेवूं नये, त्यांस वेळोवेळ निर्मळ ठेवावें. कांहीं खा-

ळें असतां त्यांस तेव हात आपल्या आंगास पु- सूं देऊं नयेत. ते लागलेव धुऊन कोरडे करा- वे, जमिनीवर तर जमिनीवर, धुळींत तर धुळींत असें भलत्याच ठिकाणीं त्यांस बसूं देऊं नये. सर्वकाळ निर्मळ जाग्यांतच बसवावीं. लाहान मुलें गैरशिस्तपणानें वागविलीं ह्मणजे तीं सुस्त होतात, आणि कदाचित् त्यायोगानें त्यांस ए- कादा रोगहि होतो, मग तो शेंकडों रुपये खर्च केले तरीं एकाएकीं जात नाहीं. मुलें लिहाव- यास बसलीं ह्मणजे त्यांच्या निर्मळपणाविषयीं पं- तोजीनें फार जपलें पाहिजे; खडें वाळिवतेवेळीं आंगावर शाईचे डाग पडूं देऊं नयेत, एकदां तीं मळीणपणानें वागूं लागलीं ह्मणजे तें त्यास जन्मभर सुटत नाहीं.

शरीर स्वच्छ असलें ह्मणजे मनुष्याच्या आं- गांत हुशारी येती, मन आनंदित असून, बुद्धि तीक्ष्ण असती; त्या पुरुषास कांहीं तरीं चांगलें करावें अ- सी उमेद येऊन उद्योग करावा असें वाटतें; चां- गली क्षुधा लागती, अन्न पचन होतें; मग उद्यो- ग जास्ती करवतो. मळकटपणानें बहुत नाश होतो. मळीण लोक बहुतकरून मंदमति, व्या-

धिग्रस्त, गयाळ, असे असतात, त्यांच्या हातांस खरूज व अंगावर गजकरण इत्यादि होत असतें, ते द्रव्यवान असले तरीं तेजःपुंज दिसत नाहींत त्यांच्या मळीणपणामुळें त्यांजवर निरंतर दारिद्राची छाया पडती. दारिद्र त्यांजवर आपली सत्ता चालवायास सतत टपत असतें. मळीण लोकांच्या संगतींत बसायास, फिरायास व दुसरे कोणत्याहि प्रकारचा व्यवहार करायास लोक इच्छित नाहींत. पाहा! एकादें मूल कितीहि सुरेख व शाहाणें असून त्याच्या आंगावर, कितीहि जवाहीर असलें तथापि तें जर मळकट असलें तर त्याच्या शाहाणपणावर व सुरेखपणावर कोणीहि लक्ष देत नाहींत. त्याच्या मळीणपणावरून सर्व गुणाचा लोप होऊन जातो. तेंच मूल गरिबाचें कां असेना! तें जर स्वच्छ आहे तर त्यास कोणास तरीं घ्यावेंसें वाटतें.

आतां पाहा! ज्या देशांचे लोक निर्मळपणा ठेवितात, ते बहुतकरून, बुद्धिवान, चतुर, उद्योगी, असे असतात. जे लोक प्रति दिवसीं अंघूळ करीत नाहींत, व आपल्या शरीराचा, दुसऱ्या अनेक गोष्टींविषयीं शुचिर्भूतपणा ठेवीत नाहींत, त्यांच्या

बुद्धीस, आणि जे लोक आपला निर्मळपणा ठेवितात, त्यांच्या बुद्धीस किती फेर असतो, तो पाहा! त्यांच्या व त्यांच्या मुलांबाळांच्या स्थितीकडे किंचित् लक्ष द्या! त्यांचें भाषण कोणत्या प्रकारचें असतें, व दुसरें आचरण कसें असतें, हें आमच्या दृष्टीस प्रतिदिवशीं पडतच आहे. विद्वान व्हावें, नवे नवे उद्योग करावे, अशी त्या लोकांस इच्छा होत नाहीं, ते आपल्या मळीणपणाच्या भाराखालीं दबलेलेच असतात. शरीराच्या मळीणपणामुळें त्यांच्या आंगीं सुस्ती येती, तेणेंकरून ते सर्वकाळ अज्ञानीच राहतात.

परम दयाळु परमेश्वरानें मनुष्यमात्रास निर्मळपणा ठेवण्यास दुर्भिक्षता न पडावी ह्मणून सर्व ठिकाणीं पाण्याची सामग्री पुष्कळ करून ठेविली आहे. गरीब गुरीब लोकांनीं हवा तसा निर्मळपणा ठेवावा ह्मणूनच त्याणें पाण्याचा एवढा सुकाळ करून ठेविला आहे. यथाकाळीं पाऊस पाडून प्रतिवर्षीं पाण्याची वृद्धि करून, ईश्वर लोकांस सुचना करितो कीं, तुह्मी आपल्या शुचिर्भूतपणांत कांहीं व्यंग पडूं देऊं नका. जी सामग्री ईश्वरानें आमच्या सुखासाठीं करून ठेविली आहे, तिचा जर

आपण अनादर केला, तर तिजपासून आह्मास सुख कसें प्राप्त होईल? आपणास या पृथ्वीवर पुष्कळ सुखें मिळत नाहींत ह्मणून आह्मी वारंवार चडफडत असतों, याचें कारण काय तें पाहा! सुख प्राप्त होण्याचीं जीं साधनें ईश्वरानें आह्मास लावून दिल्हीं आहेत, त्याप्रमाणें आह्मी करीत नाहीं, आणि तें प्राप्त होत नाहीं, ह्मणून ईश्वरास दोष कां लावावा? आमचें निमें आयुष्य तर आळसांतच जातें, आणि हा आळस एका मळीणपणापासून उत्पन्न होतो. मग त्याच्या मागून सर्व विपत्ती हळूहळू घरांत शिरतात. यास्तव जे जे नेम भगवतानें आमच्या कल्याणासाठीं लावून दिल्हे आहेत, ते यथास्थित चालवावे, ह्मणजे आपणास इहलोकीं, व परलोकीं सुख प्राप्त होईल.

जेव्हां आपण एकाद्या नेमनिष्ठेनें आणि निर्मळपणानें चालणाऱ्या गृहस्थास पाहतों, तेव्हां आपणास असा भास होतो कीं, हा कोणी सुशील, कर्मनिष्ठ, ईश्वरभक्त असावा. तो मग कसाहि असो, परंतु लोक त्याचा निर्मळपणा पाहूनच त्याच्या सद्गुणाचें अनुमान करितात. निर्मळ लोक सर्व सुशीलच असतात, असें माझ्यानें ह्मणवत नाहीं; परंतु जरी ते चांगले

नसले तरीं लोकांस ते चांगलेसे दिसतात;आणि बहुधा जो मनुष्य शरीर निर्मळ ठेवायास जपतो,व नेमनिष्ठेनें वागतो, तो ईश्वरास भिऊन चालत असतो. तेव्हां जो निर्मळपणा लोकांस इतका आवडतो, तो देवास किती आवडत असेल बरें!

खाण्यापिण्याचा कोणकोणत्या प्रकारचा निर्मळपणा ठेवावा व त्यापासून काय लाभ होतात, त्यांचा विचार.

प्राणिमात्राचें संरक्षण अन्नापासून होतें. यास्तव अन्न हें सर्वांस अवश्यकच आहे. "अन्नमय प्राण, प्राणमय शक्ति, आणि शक्तिमय पराक्रम," असी एक ह्मण आहे. परंतु जें अन्न आपण खातों तें निर्मळ, आणि हितकारक असलें पाहिजे, नाहीं तर त्यापासून आपली उलटी हानि होती. याजवरूनच असी ह्मण आहे कीं, "अन्न तारी अन्न मारी," जें अन्न आपण खातों तें परिपक्क झालेलें असलें, आणि जसें असावें तसें असून तें जर बेतानें खात गेलें;तर त्यापासून शरीराचें रक्षण होऊन रक्तवृद्धि होऊं लागती;

व बुद्धिहि प्रकाशीत होती, असे नानाप्रकारचे लाभ होतात. तेंच अन्न अर्धकच्चें, मळीण, व भलतेच प्रकारचें असून मनस्वी खाल्लें असतां त्यापासून शरीरास सुस्ती, व नानाप्रकारच्या व्याधि होतात, यास्तव विचार केल्यावांचून भलतेच पदार्थ खाऊं नयेत.

जेवायास स्वच्छ जाग्यांत बसत असावें, व त्याप्रमाणेंच त्या वेळीं आपल्या शरीराचाहि निर्मळपणा असावा. जर आपण मळीण हातांनीं कांहीं पदार्थ खाल्ले, तर तो मळ त्या पदार्थांबरोबर आपल्या पोटांत जाऊन विकार करितो. आणि आपला मळीणपणा पाहून दुसऱ्या लोकांसहीं वीट येतअसतो. यास्तवच ब्राह्मण इत्यादि लोकांत हात पाय धुऊन सोवळें नेसून जेवायास बसावें, असा नेम लावून दिल्हा आहे; असा जर नेम लावून दिल्हा नसता, तर लोकांच्या मळीणपणाची उत्तरोत्तर फारच वृद्धि झाली असती.

जेवायास बसलें ह्मणजे जे पदार्थ ज्या ठिकाणीं वाढावे ते त्याच ठिकाणीं वाढावे; भलताच पदार्थ भलत्या ठिकाणीं वाढूं नये. सर्व पदार्थ एका पोटां-

त जातात; ह्मणून सर्व एकत्र करून एकदम स्वाद नघेतां खाऊं नयेत. प्रत्येक पदार्थाचा स्वाद घेऊन स्वस्थपणीं जेवीत असावें. उतावळीनें कोणताहि पदार्थ खाल्ला असतां, त्याचा चांगला रस होऊन पचन होत नाहीं; तो अर्धकच्चा आपल्या पोटांत राहिला असतां, त्यापासून विकार होतात, जठराग्नि मंद होऊन चांगली क्षुधा लागत नाहीं. जेवायास बसलें असतां, आपणास लागेल तितकेच पदार्थ घ्यावे, स्वार्थानें पुष्कळ घेऊन पानावर टाकूं नयेत, आणि आपलें पान स्वच्छ ठेवावें. पानावर पदार्थ घेऊन टांकले ह्मणजे एक तर अन्नाचा नाश होतो, आणि जे पंक्तींत, दुसरे कोणी जेवायास बसले असतील, त्यांस तें पान पाहून वीट येतो, आणि यापासून दुसरी एक हानि आहे, ती असी कीं, पानावर जे उष्टे पदार्थ आपण टांकितों, ते कोणाच्या उपयोगीं पडत नाहींत, ते केवळ उकिरड्यावर टांकावे लागतात; मग ते पदार्थ तेथें एक दोन दिवसानीं कुजून गेले असतां त्यापासून दुर्गंधि निघती; मग ती हवेंत मिश्रित होऊन, लोकांच्या पोटांत शिरली असतां, तिजपासून फार उपद्रव होतात. कितीएका वैद्यांचें असें ह्मणणे

आहे कीं, अशा प्रकारच्या हवेपासून पटकी इत्यादि महा रोग उत्पन्न होतात.

मुलांनीं खाण्यापिण्याविषयीं फार निर्मळपणा आणि नेम ठेविला पाहिजे, मिळेलतें खाऊं नये, फळें अर्धकच्चीं, तर अर्धकच्चीं अथवा नासलेलीं तर नासलेलीं असीं कधींहि खाऊं नयेत. जेवतेवेळीं स्वस्थपणें जेवावें; आतिशय खाऊं नये, थोडीसी भूक राखून उठावें. एक शाहाणा गृहस्थ असें ह्मणतो कीं, "हे गृहस्था जेवायास बसला असतां तूं भूक ठेवून उठ ह्मणजे तुला भूक नाहीं असे कधीं होणार नाहीं." एकादा पदार्थ गोड लागला ह्मणून सुमार न पाहतां अधाशीपणानें खाऊं नये. पाणी निर्मळ भांड्यांनें पीत असावें.

मुलानो! तुह्मी शाळेंत गेल्यावर तुह्मास भूक लागेल ह्मणून कांहीं विकत घेऊन खायाकरितां घरांतून पैसे दिल्हेले असतात, त्यांचें भलतेंच घेऊन खाऊं नका; आणि रस्त्यांत खात जाऊं नका. वटाणे, भुयमुगाच्या शेंगा, व दुसरीं कोणत्याहि प्रकारचीं खाणीं खिशांत घालून शाळेंत नेऊन धडा पाठ कर्तेवेळीं व दुसरीं कोणतींहि उदा-

हरणें शिकतेवेळीं ते खात जाऊं नका; ज्या मुलाचें खाण्यावर चित्त, त्याचें शिकणेंहि होत नाहीं. म्या कोठें कोठें असें पाहिलें आहे कीं, कित्येक मुलें वर्गांत शिकत असतां पंतोजींची नजर चुकवून हळुच खायाचा पदार्थ तोंडांत घालितात, अशा खाण्यामुळें केवढी हानि होती ती पाहा! धडा पाठ होत नाहीं, व पंतोजीनें खातेवेळीं पाहिलें असतां, तो त्या मुलांस शिक्षा करितो, आणि त्यांजवर त्याची अवकृपा होती, मग मुलांमध्यें त्याची फजिती होती. खाल्लेले हात वस्त्रांस लागले ह्मणजे तीं बिघडतात, आणि वाचायाचीं पुस्तकेंहि मळतात. चोरून खाल्लेला पदार्थ स्वस्थपणीं खायास अवकाश मिळत नाहीं, त्यामुळें उतावळीनें गिळावा लागतो उतावळीनें गिळिलें असतां, तो बरोबर पचला जात नाहीं. आणि जे पदार्थ खाल्ले त्यांचा त्यांस स्वादहि चांगला लागत नाहीं, मग शरीरास त्यापासून विकृति होती. यास्तव जर आपणास भूक लागली, आणि शाळेंत कांहीं तरी खायाचें पडलें तर सुटी झाल्यावर जे पदार्थ खायाचे मनांत असतील ते घेऊन स्वस्थ एकीकडे बसून खावे आणि हात स्वस्छ धुतल्यावर फिरून

आपल्या उद्योगास लागावें. येणेंकरून आपला निर्मळपणा राहतो. अर्धकच्चीं शिताफळें, हिरवे पेरू, व आंबट आंबे, असे भलते व मनास वाटतील ते पदार्थ घेऊन विचार केल्यावांचून कधींहि खाऊं नयेत. असे पदार्थ एक तर खायास चांगले लागत नाहींत, आणि दुसरे, उलटा अपकार करितात. अर्धिचे चणे घेऊन शिकतेवेळीं खाल्ले असतां, ही अगदीं अल्प गोष्ट आहे; येणेंकरून मुलांस काय दुर्गुण लागणार आहेत? असें ह्मणून त्या गोष्टीकडेस डोळे झांक करूं नये. असी गोष्ट पाहिली असतां पंतोजीनें त्या मुलांस प्रथमतः युक्तीनें तसें न करावें ह्मणून बोध करीत असवा; असें करीत असतांहि जर तसेंच करूं लागले, तर त्यांस यथायोग्य यथाकाळीं शिक्षा करीत जावी, याविषयीं पंतोजीनें आळस करूं नये. असल्या लाहानसहान गोष्टीकडे लक्ष दिल्हें नसतां, मुलें बिघडत जातात, आणि त्या दोषाचा अधिकारी पंतोजी होतो.

पोशाक, अंथरूण, पांघरूण स्वच्छ ठेवण्यामुळें कोणकोणते लाभ होतात, व ते ठेवायास कोणते उपाय केले पाहिजेत, यांचा विचार.

वस्त्रापासून मनुष्याचें शरीरमात्र आच्छादित होतें इतकेंच नाहीं, परंतु तें थंडीपासून आणि हवेपासून त्याचें संरक्षण करितें; स्वच्छ वस्त्रें पांघरण्यांत किती भूषण आहे, आणि त्यापासून किती लाभ होतात ते पाहा. शरीर निरोगी असून लोकांमध्यें बहुमान मिळतो, राजदरबारांत जाण्यास देखील त्यास परमाणगी लागत नाहीं या प्रकारचे अनेक लाभ होतात.

निर्मळ पोशाख करायास केवळ फार द्रव्य पाहिजे, किंवा वस्त्रें फार बारीक व उंचीं असलीं पाहिजेत, असें नाहीं. ज्या स्थितींत ईश्वरानें आपल्यास ठेविलें आहे त्या स्थितींतच असून स्वच्छपणा ठेवितां येतो; जाडीं वस्त्रें असलीं तरीं तीं स्वच्छ करून यथास्थित वापरावीं यांतच स्वच्छपणा आहे.

निर्मळपणा हा वस्त्र वागविण्याकडे आहे व-

स्राच्या किमतीचा, आणि त्याचा कांहीं संबंध नाहीं. नेसावयास महेश्वरी धोतरजोडा असला ह्मणजे केवळ निर्मळपणा राहतो, असें नाहीं, घांटी पंचा कां असेना, तोच वारंवार धुऊन स्वच्छ ठेवीत असावा, आणि चांगल्या निऱ्या घालून नीट नेसत जावा, तसेंच पागोटें पैठणी न मिळालें आणि सुरती जरी असलें तरी तें चांगलें बांधून डोकीस घालीत असावें, साहासाहा महिने पागोटें बांधून झाले आहेतच, त्यांत उवानीं आंडीं घातलीं आहेतच त्याजवर धूळ उडाली आहेच, व तें घामानें मळून कुजून गेलेंच आहे, व पदर सुटून पडतोच आहे, असा अव्यवस्थितपणा ठेवूं नये याचप्रमाणें दुसऱ्या वस्त्राची व्यवस्था मनांत आणीत असावी; धोतर अर्धें आंगावर आहे, अर्धें जमीनीवर लोळत आहे, असें करूं नये. वस्त्रें बाताबेतानें वापरलीं असतां त्यांची किम्मत राहून आपणास प्रतिष्ठा येती. आणि तीं वस्त्रेंहि पुष्कळ दिवस टिकतात, तेणेंकरून द्रव्याचाहि फार खर्च होत नाहीं. आंगरखा, बंडी, इत्यादि वस्त्रें परटाकडे टाकावयास आळस करूं नये, ओलीं वस्त्रें कधींहि आंगावर घेऊं नयेत

त्यांपासून शरीराची फार खराबी होती. आपल्या आंगावरलीं वस्त्रें नीट राखावीं, भलत्याच ठिकाणीं, जिकडे धूळ पडली असेल, व पाणी सांडलें असेल, अशा ठिकाणीं अव्यवस्थितपणें बसूं नये. ज्या जाग्यावर आपणास बसावयाचें असेल ती जागा निर्मळ असल्यास तेथें बसावें. आंगरखा किंवा कोणतेंहि वस्त्र फाटलें असतां, तें लागलेंच शिववावें. याजवर असी एक ह्मण आहे कीं, " एक टांचासमयीं मारल्यानें तो नव टांचे वांचिवतो. हरएक पांघरूणाला डाग पडले असतां ते वेळोवेळ धुऊन टाकावे. लिहितेवेळीं आपल्या बोटांस, व वस्त्रांस शाई लागूं देऊं नये. मोठे मोठे व्यापारी, किंवा सरकारी कामदार लोक जेव्हां कारकून ठेवितात तेव्हां ते त्यांची विद्या तसाच निर्मळपणाहि पाहत असतात आणि ज्यांच्या आंगरख्यास किंवा बोटास शाई लागली आहे; व ज्यांचीं वस्त्रें मळीण आहेत असें जेव्हां पाहतात तेव्हां ते त्यांच्या स्वाधीन एकाएकीं मोठ्या कामाच्या वह्या, व कागदपत्रें द्यावयास शंका पावतात. एखादा कारकून स्वतां जरी फार हुशार नसला, तरी तो आपल्या

डौलावरूनच एखाद्यावेळीं पार पडून जातो, सारांश निर्मळपणा द्रव्य मिळविण्यासहि एक साधन होतो.

कितीएक लोकांचा असा वेडा समज आहे कीं, एकादा स्वच्छ वस्त्रें पांघरावयास लागला ह्मणजे त्यास हा उधळ्या, छानछोक असा शब्द लावितात. यास्तव कित्येक लोक आपला साधेपणा दाखवावा, आणि दुसऱ्यापासून साधेपणाचा किताब मिळवावा सबब मळीण वस्त्रें पांघरतात. पागोटें चांगलें असलें तरीं तें वारंवार बांधीत नाहींत, आणि त्याजवर चहूंकडे धूळ बसलेली तसीच असती. हा किती मूर्खपणा आहे बरें? पाहा! हे लोक मळीणपणा तो साधेपणा, आणि निर्मळपणा तो उधळेपणा, असें मानितात. साधेपणास आणि मळीणपणास जमीन अस्मानाचें अंतर आहे. तसेंच स्वच्छपणास आणि छानछोकपणासहि अंतर आहे. तसेंच छानछोकी करणें हा वस्त्राकडे दोष नाहीं; तो त्यांच्या अंतःकरणाचा धर्म आहे. कितिएक लोक असे आहेत कीं आंगावर धड वस्त्रेंहि नसतात तथापि ते आपला छानछोकपणा कधींहि सोडीत नाहींत

कोणी लोक असें ह्मणतात कीं, निर्मळ वस्त्रें वापरलीं ह्मणजे दिवाळखोरी होती, व वस्त्रें धुवावयास द्रव्यव्यय व्यर्थ होतो. आठ चार दिवसांनीं वस्त्रें धुवावयास टाकिलीं ह्मणजे परटाची मात्र धन होती, आणि वस्त्रें लवकरच फाटून जातात. अशा नाना प्रकारच्या कल्पना काढून ते मळीणपणांतच राहतात. तर अशा वेड्या समजुती काढूं नयेत; सर्वकाळ लोक जर द्रव्याकडेसच पाहून व्यवहार करूं लागतील तर त्यांस इच्छिलेलीं फळें प्राप्त कधींहि होणार नाहींत. वस्त्रें फार मळविलीं ह्मणजे तीं लवकर फाटतात, व धुवावयासहि फार श्रम पडून तीं स्वच्छ होत नाहींत, आणि मळीण वस्त्रें आंगावर असलीं ह्मणजे त्यांपासून अनेक विकार होऊन सभ्य लोकांत त्यास यथायोग्य मानाहि मिळत नाहीं, यास्तव मळकीं वस्त्रें पांघरल्यानें कांहींच किफायत होत नाहीं, उलटी हानि मात्र होती. एकवेळ म्या असें पाहिलें आहे कीं कोणी एका गृहस्थानें नागपुरी धोंत्रजोड्याचें एक पान विकत घेतलें होतें, आणि तें तो कोरेंच पांच साहा महिने नित्य वापरीत असे; मग थोडक्याच दिव-

सांनी तें धोतर घाम लागून व त्याजवर मळ ब-
सून कुजून गेलें, आणि आपोआप त्याचे तुकडे
पडूं लागले. याप्रमाणें त्या धोत्राची अवस्था
झाली; तेंच धोतर जर वारंवार धुतलें असतें तर
एक वर्षपर्यंत टिकलें असतें मळीण वस्त्रें आंगावर
घेतलीं ह्मणजे त्यांचा मळ शरीरास लागतो, आ-
णि त्याच्या योगानें शरीराचीं रोमरंध्रें बुजतात.
तेणेंकरून घाम येत नाहींसा झाला ह्मणजे शरीर
व्याधिग्रस्त होतें.

गरीबगुरीब ज्यांस खाण्यापिण्यांचे हाल, ज्यां-
स वेळेच्या वेळीं अन्न मिळत नाहीं, त्यांणीं पर-
टास द्यावयास पैसे कोठून आणावे? व वस्त्रें क-
शानें घ्यावीं? असें कोणी ह्मणेल तर गरीब लो-
कांनीं आपलीं वस्त्रें परटाकडेसच द्यावीं, असें मा-
झें ह्मणणे नाहीं; त्यांणीं तीं स्वतः घरीं धुवावीं,
मग तीं फाटकीं कां असतना तीं वेळोवेळ धुऊन
स्वच्छ राखावीं ह्मणजे झालें. आपण निर्मळ
असावें असें त्यांच्या मनांत मात्र असलें पाहिजे
मग ते हरप्रयत्नेंकरून त्याप्रमाणें चालतील. अ-
सें करण्यास त्यांस फारसी खटपटहि पडणार ना-
हीं; एक दोन दिवसांनीं एक दोन घटिका मेहे-

नत घेऊन आपलीं वस्त्रें धुवावीं. यासाठींच ईश्वरानें पाण्याचा सुकाळ करून ठेविला आहे. गरीब लोकांनीं निर्मळपणा ठेविला ह्मणजे त्यापासून त्यांचें कल्याण होतें. एक तर शरीर निरोगी असतें; आणि दुसरें, त्यांचा निर्मळपणा पाहून श्रीमंत लोक त्यांचा तिरस्कार करीत नाहींत. त्यांची कांहीं दुःखाची गोष्ट असली, तरी ती यथास्थित ऐकून घेतात. त्यांचा निर्मळपणा पाहून, दोन आणे द्यावयाचे असले तर चार आणेंहि देतात. यास्तव गरीब लोकांनीं आपल्या निर्मळपणाविषयीं फार सांभाळिलें पाहिजे. गरीब आहे, आणि तो जर अतिशय घाणेरडीं वस्त्रें पांघरलेला असला, आणि त्याचें अचरण मळीण असलें, तर त्यास कोणी दारांत उभें करीत नाहींत; त्याचें कितीहि दुःख असलें, तरीं त्याच्या अमंगळपणामुळें लोकांचें अंतःकरण एकाएकीं द्रवत नाहीं.

कोणी असें ह्मणतात कीं, लाहान मुलांस स्वच्छ वस्त्रें घालून उपयोग नाहीं, कारण त्यांस आपण कितीहि जपलों, तरी तीं एका घटिकेंत मळवून टाकितात. त्यांस स्वच्छ काय, आणि म-

ळीण काय! तर असें ह्मणू नये, लाहान मुलांस सर्वकाळ निर्मळ वस्त्रें घातलींच पाहिजेत; त्यांच्या नाजूक शरीरास मळ नलागावा ह्मणूनफार सांभाळिलें पाहिजे. त्यांस जर मळीण वस्त्रें पांघरायास व आंथरावयास घातलीं तर त्यांचा मळ त्यांच्या आंगास लागतो तेणेंकरून तीं अशक्त, निर्बुद्धि, आळसी, रोगी असीं होतात. यास्तव त्यांचीं वस्त्रें मळलीं ह्मणजे तीं काढून लागलींच स्वच्छ घालावीं, असा बेत ठेविला असतां, तीं मुलें चपळ, बुद्धिवान, निरोगी, बळकट, असीं होतात; आणि मोठेपणीं आपल्या-आपण नेमानें वागायास लागतात. मुलांस आंगरखे, बंड्या व इतर वस्त्रें पुष्कळ करून ठेवावीं. कित्येक असे आहेत कीं, शक्ति असूनही मुलांस हवीं तेवढीं वस्त्रें करीत नाहींत. वर्षांतून एक दोन आंगरखे व बंड्या देऊन, तेवढ्यांतच आपला काळक्षेप करा, असें सांगतात.

पायांत जोडा घालणें हें शरीरास मोठें हितकारक आहे, अनवाहणी चालण्यामुळें पाय धुळीनें व चिखलानें व दुसऱ्या अमंगळ वाईट मलादिकानीं भरतात. मग तशाच पायांनीं आपण-

चालून आलों ह्मणजे ती घाण घरांत येती. दुसरें, अनवाहणी उन्हांत फिरलें असतां नेत्रांस उष्णता होती, आणि ओलांत फिरलें असतां सर्दीपासून विकार होतात. जोडा पायांत घालतेवेळीं स्वच्छ झाडून पुसून घालावा. त्यांत घामाचा मळ, माती असूं देऊं नयेत. तो फाटूं लागला ह्मणजे लागलाच शिववून घालीत असावा. जोडा पायांचें रक्षण असून, शोभा देणाराहि आहे; जोडा निर्मळ राखावा ह्मणून तो केवळ आपल्या तोंड पुसावयाच्या रुमालानें पुसूं नये. तो पुसावयास एक निराळेंच फडकें करून ठेविलें पाहिजे. जसी वस्त्रांची जतन करावी तशीच जोड्यांचीहि जतन करीत असावी; आपण कितीहि श्रीमंत असलों, तथापि ज्या रीतीनें सभ्य लोक चालतात त्याच रीतीनें चालावें. भलतेंच मनास येईल तें करूं नये.

मुलांस चांगलीं उंचीं स्वच्छ वस्त्रें पांघरायास दिल्हीं असतां, त्यांपासून त्यांस अहंकार न होऊं देण्यास फार जपून त्यांला छानछोकी करूं देऊं नये. आणि हवीं तसीं अव्यवस्थितपणानें वस्त्रें वापरूं नदेतां तीं नेमानें वापरायास देत अ-

सावीं. पागोटें बिनीदार, आंगरखा चुणीदार, कांसोटा तंगदार, असा रिकामा नखरा त्यांस करूं देऊं नये. उंच उंच वस्त्रें, व दुसरे अलंकार नेहेमी लाहान मुलांच्या आंगावर घातले असतां, त्यांचें लक्ष विद्येवर व आपली बुद्धि वाढविण्याकडे लागत नाहीं. सर्वकाळ त्यांचें मन आपल्या पोशाकाकडे व अलंकाराकडेसच लागतें; मग तीं छानछोकी करावयास शिकतात. तीं असी कीं, पोशाक चांगला, आणि अलंकारहि उत्तम आहेत, असें पाहूनच तीं मनांत तल्लीन होऊन गर्व करूं लागतात, आणि गरीबगुरीबांचीं मुलें ज्याणीं जाडीं वस्त्रें घातलीं असतील तीं आपणापेक्षां केवळ कमी असें मानितात, त्यांस असें वाटतें कीं, जो मोठेपणा काय तो उंच पोशाकाकडेसच आहे, असें समजून तीं दुसऱ्या कोणत्याहि सद्गुणाकडे लक्ष देत नाहींत. यास्तव मुलांस नेहेमी वापरायास सामान्य वस्त्रें द्यावीं, तीं मळकट मात्र नसावीं, एखादेवेळीं जुना आंगरखा असला तरी तो त्यांस घालावयास द्यावा. त्यांचीं वस्त्रें फार तंग असूं नयेत, तीं कांहीं सैल असावीं. सारांश पोशाकावरून, व खाण्यापिण्यावरून, व विद्येवरून किंवा

दुसऱ्या कोणत्याहि गोष्टीवरून मुलांस अहंकार होऊं देऊं नये. हा दुर्गुण त्यांस न लागावा ह्मणून कुटुंबांतील सर्व मनुष्यांनीं फार जपत असावें; जेणेंकरून त्यांच्या मनांत नम्रता येई असें करावें, मग त्यांच्या आंगावर कितीहि उंच वस्त्रें व अलंकार असले, तथापि त्यांपासून त्यांस अहंकार होणार नाहीं, आणि त्यांचा जन्म सफल होईल.

ज्याप्रमाणें मनुष्यास अन्न वस्त्र अवश्यक आहे, त्याचप्रमाणें निद्राहि अवश्यक आहे. परंतु ती नियमित असावी, जे सगळा दिवस श्रम करितात, त्या श्रमाचा परिहार रात्रीं झोंप घेतल्यानें होतो, तेणेंकरून आंगीं हुशारी येऊन कामकाज करावयास शक्ति येती; आणि शरीर निरोगी असतें. तीच झोंप जर फार घेतली तर तिजपासून विकार होतात आंगीं सुस्ती येती, खाल्लेले पदार्थ जिरत नाहींत, उद्योग करवत नाहीं, मग तो मनुष्य दारिद्राच्या स्वाधीन होतो. जर झोंप अगदीं थोडी घेतली तर तिजपासून फार उपद्रव होतात. डोळ्यांस त्रास होऊन शरीरांत उष्णता होती, अन्न जिरत नाहीं, असे नानाप्र-

कारचे रोग उत्पन्न होतात; यास्तव निद्रा परिमित घेत असावी. आपणास निद्रेपासून सुख प्राप्त व्हावें, व ती यथास्थित लागावी ह्मणून जीं साधनें आहेत तीं सिद्ध असलीं पाहिजेत. निजावयाची जागा निर्मळ असून अंथरुण स्वच्छ असावें, त्याजवर धुतलेली चादर घालावी, ती मळकट असूं नये, मळकट वस्त्रें बिच्छान्यावर घातलीं असतां त्यांचा मळ शरीरास लागतो, तेणेंकरून शरीरास विकार होतात. दोन चार मुलें एकाच ठिकाणीं लाहानशा बिच्छान्यावर निजवूं नयेत. निजावयास जाण्याच्या पूर्वीं आपल्या हातपायांस मळ लागला असला तर तो धुऊन टाकावा, आणि स्वच्छ वस्त्रानें ते पुसावे, रोगी मनुष्यास तर निजावयास बिच्छाना फार स्वच्छ असला पाहिजे. तो वेळोवेळ झाडून स्वच्छ करीत असावा; चादर मळली ह्मणजे ती लागलीच धुऊन आणून त्यावर घालावी. रोगी मनुष्यांस निर्मळ ठेविलें ह्मणजे ते हुशार असतात, त्यांचा रोग एकाएकीं बळावत नाहीं. मळीणपणा असला ह्मणजे त्यांचीं मनें व्यग्र होऊन रोग वृद्धिंगत होतात.

अंतःकरणाच्या निर्मळपणाच्या अवश्यकतेचा विचार.

मनुष्याच्या शरीरामध्यें अंतःकरण हें राजा आहे, आणि तेंच जर स्वच्छ नसलें तर त्याचा बाह्य स्वच्छपणा कांहींच उपयोगाचा नाहीं. असला स्वच्छपणा, प्रेतावर नानाप्रकारचे अलंकार घालून शृंगारण्यासारिखा आहे, किंवा, टोणग्याच्या गळ्यांत फुलांचे हार घालण्यासारिखा आहे, असें समजावें. अंतःकरण स्वच्छ करून आपल्या आंगीं सुशीलता आणण्यास जर बाह्य निर्मळपणा उपयोगी पडेल तरच त्याचें फळ; नाहीं तर त्यापासून जीं अनेक सुखें प्राप्त व्हायाचीं तीं होणार नाहींत; यास्तव अंतःकरण पहिल्यानें शुद्ध असावें, ह्मणजे दुसरा बाह्य निर्मळपणा सहजच येईल. अंतःकरणाची स्वच्छता, आणि बाह्य निर्मळपणा हीं दोन्हीं एके मनुष्यामध्यें मिळालीं ह्मणजे त्याच्या सुखाला पार नाहीं. त्या मनुष्यास ऐहिक आणि पारलौकिक सुखें प्राप्त झालींच असें समजावें. अंतः-

करण शुद्ध नसून दुसरे चांगले गुण आंगीं असले तरी त्यापासून बहुत करून अभिमान मात्र उत्पन्न होतो, आणि तेणेंकरून सर्व सुखांचा नाश होतो.

मनुष्याच्या अंतःकरणास जन्मापासून अहंकार, विनाकारण क्रोध, लोभ, मत्सर, निर्दयपणा, कपट, असे नानाप्रकारचे दुर्गुणरूप जे मळ जडलेले असतात, ते काढून टाकल्याशिवाय स्वस्छपणा कोठून प्राप्त होईल? ईश्वराच्या सृष्टींत सगळीं माणसें जन्मापासून अपराधी आहेत, तर या अपराधाची क्षमा व्हावी ह्मणून त्यानें जे उपाय शास्त्रांत योजिले आहेत ते केले पाहिजेत; नाहीं तर त्या अपराधांची क्षमा, आणि अंतःकरणाची शुद्धता होणार नाहीं. मनुष्याच्या पापाच्या दंडाची क्षमा व्हावी; आणि त्यांचीं अंतःकरणें शुद्ध व्हावीं ह्मणून परम दयाळु परमेश्वरानें जो मार्ग लावून दिल्हा आहे त्याच मार्गानें चालावें ह्मणजे ईश्वरी कृपा होऊन अंतःकरणाचीहि शुद्धि होईल. ईश्वरप्रणीत शास्त्रावांचून तो मार्ग भलत्याच शास्त्रांत सांपडणार नाहीं, यास्तव मनास येईल त्या मार्गानें जाऊं नये; भलत्याच मार्गानें गेलें असतां, पापाचा परिहार होणार नाहीं. परंतु उलटी हा-

नि होऊन ईश्वरी क्षोभ मात्र होईल. अंतःकरणाची शुद्धता ईश्वर कृपेवांचून होणार नाहीं; तर ती संपादन करून घेण्यास सर्वांनीं झटून उद्योग करावा ह्मणजे ती प्राप्त होईल. हा मळ धुऊन टांकावयास आपणास शक्ति यावी ह्मणून अनन्य भावेंकरून परमेश्वरास शरण जावें. आपल्या अंतःकरणांत शांति, क्षमा, दया, सहनशीलता, दातृत्व, न्याय, प्रमाणिकपणा, सत्य, परोपकार, औदार्य, आणि लीनता, इत्यादि सद्गुणांची उत्तरोत्तर वृद्धि व्हावी ह्मणून परमात्म्याची आराधना करावी. हे गुण अंतःकरणाचीं भूषणें आहेत, आणि जर हे त्याजमध्यें नाहींत, तर त्याच्या मळीणपणाकडेस कोणाच्यानेंच पाहवणार नाहीं. आणि अशा मळीणपणाखालीं बाह्य निर्मळपणा कितीहि असला तरी तो झांकून जातो. यास्तव सर्वकाळ जें चांगलें तेंच करीत जावें; असत्य भाषण कधीं करूं नये. चांगल्या लोकांचाच सहवास करीत असावा, दुर्गुणी लोकांच्या संगतींत कधींहि जाऊं नये, गेलें असतां ते त्यास आपणासारिखेच करितील. यावरूनच "संगतिःसंगदोषेण" असें वचन आहे.

चांगले गुण मुलांच्या आंगीं सर्वकाळ वसावे, ह्मणून आईबापांनीं व घरांतील सर्व मनुष्यांनीं प्रयत्न करीत असावा; चांगले गुण त्यांच्या आंगीं लहानपणापासून थोडे थोडे लावीत गेलें ह्मणजे ते कदाचित् मोठेपणीं एकाएकीं त्यांच्या अंतःकरणांतून जाणार नाहींत; ते त्यांच्या शरीरास वज्रलेपासारिखे जडून जातात. मुलांस चांगल्या गुणाचें कांहीं तरी आचरण घडावें ह्मणून त्यांच्या समक्ष जें चांगलें कर्म, तेंच करीत जावें. मग तीं सहज तसींच करूं लागतील. विनाकारण कोणावर राग न करितां तोंडांतून अपशब्द कधीं काढूं नयेत; भिकारी दारांत आला असतां, त्यास हांकून न देतां आपल्या शक्त्यनुसार कांहीं तरी देत असावें. घरांत जिकडे तिकडे नम्रतेचीं भाषणें बोलत असावीं; लाहान मुलांदेखतां अहंकाराचें भाषण आपण केलें असतां, तो दुर्गुण त्यांस लागलाच जडतो, मग तीं द्वाड होऊन भाऊ, बहिणी, शेजारी वासारी, चाकर चुकर यांस शिव्या देण्यास आरंभ करितात. असें केल्यानें तीं मोठेपणीं वजनदार प्रतिष्ठित असीं होत नाहींत, परंतु टवाळ आणि छांदस असीं होतात.

नम्रता, ही एक मनुष्यास मोठें भूषण आहे, परंतु ती खरी मात्र असावी,त्यांत कृत्रिम अगदीं नसावें; मग तो तिजपासून सर्वांस मान्य होतो. अविचारी लोकांस असें वाटतें कीं, आपण नम्र झालों ह्मणजे आपल्यास लाहानपणा येतो, तर आपण सर्वकाळ आपल्या डौलांतच राहावें; असे ज्यांचे समज असतील ते केवळ अज्ञानी आहेत असें समजावें; पाहा! एखाद्या वृक्षास पुष्कळ फळें लागलीं ह्मणजे त्याच्या डहाळ्या त्या फळांच्या भारानें भूमीवर लोळूं लागतात; त्याप्रमाणें मनुष्यास सद्गुण, विद्या व द्रव्य, हीं फार प्राप्त झालीं ह्मणजे त्यांपासून त्याच्या आंगीं नम्रता यावी तरच त्या द्रव्याचा, सद्गुणाचा व विद्येचा उपयोग; नाहीं तर तीं असून तरीं फळ काय? मनुष्याच्या सद्गुणावरूनच त्याच्या विद्वत्तेची परिक्षा बहुतकरून होती; मोठा विद्वान् असून तो जर गर्विष्ट आहे, तर त्यास कोणी विचारीत नाहीं. अहंकाराइतका दुसरा वाईट दुर्गुण मनुष्याच्या अंतःकरणास जडलेला असा कोणताहि नाहीं. आणि तो ईश्वरास तर तिलमात्राहि साहत नाहीं. मनुष्यांस अहंकार उत्पन्न झाला ह्मणजे तो त्या-

चा हरएक रीतीनें नाश करितो. "अहंकाराचें घर खालीं" असी एक ह्मण आहे. एक ज्ञानी पुरुष असें ह्मणतो कीं " लाहान मुलांत गर्वासारिखा नाशकारक दुसरा दुर्गुण कोणताहि नाहीं. यास्तव तो पहिल्यानें न लागूं देण्यास प्रयत्न करीत असावा; त्याचा संपर्क न लागला तर त्यांस नानाप्रकारचीं सुखें प्राप्त होत जातील."

सर्व सृष्टीचा क्रम पाहून मनुष्यमात्राच्या आंगीं लीनता यावी, ह्मणून ईश्वरानें काय चमत्कारिक योजना करून ठेविली आहे ती पाहा! प्रथम मनुष्यांस परतंत्र करून ठेविलें आहे,पृथ्वीवरील केवढाहि मोठा श्रीमंत किंवा सार्वभौम असो, तथापि तो परतंत्रच. मनुष्याचें ज्ञान, शक्ति व पराक्रम, इत्यादि ईश्वरानें आपल्या स्वाधीन ठेविले आहेत. सर्व पृथ्वीवरील सुखें अशाश्वत आणि पारलौकिक सुखें शाश्वत करून ठेविलीं आहेत, तीं अशासाठीं कीं जेव्हां मनुष्य त्यांजकडे पाहतो, तेव्हां त्यास जें ऐहिक सुख तें नाशवंत आहे असें मनांत येऊन त्याच्या आंगीं लीनता यावी. ईश्वराच्या अपार ज्ञानापुढें मनुष्याचें कितीहि ज्ञान असलें तरी तें कांहींच नाहीं. कदाचित् समुद्राच्या उदका-

पुढें लाहानशा झऱ्याच्या उदकाची कांहीं तरी गणना होईल, परंतु ईश्वराच्या ज्ञानापुढें मनुष्याच्या ज्ञानाची काडीमात्रहि गणना होणार नाहीं. यास्तव सर्व वैभवाचा स्वामी ईश्वर आहे, आणि तो सर्वज्ञ, सर्वव्यापी, सर्वशक्त, क्षमाशील, नीतिमान् असा आहे. सर्वकाळ असें लक्षांत ठेवून जें करणें तें करीत असावें, ह्मणजे आपल्या अंगीं अहंकार उत्पन्न होणार नाहीं.

आतां मनुष्याच्या स्थितीचा विचार करून पाहा! मनुष्याचें शरीर केवळ मृत्तिकेच्या भांड्या सारिखें आहे; त्यांत आपला अंश आहे ह्मणून पृथ्वी त्याजवर सत्ता करिती. मृत्यु तर त्याजवर क्षणोक्षणीं घाला घालावयास टपलाच आहे. मनुष्याच्या आयुष्याचा क्षणभर तरी भरंवसा आहे काय? याजविषयीं ग्रीक देशांतील एक विद्वान् असें ह्मणतो कीं, "आमचें आयुष्य इतकें अशाश्वत आहे कीं, जसा पाण्याचा बुडबुडा स्वप्नांत पाहावा, तद्वत् जीवाचें जीवित्व क्षणिक आहे." अशा स्थितींत मनुष्यास अहंकार करावयास कांहीं तरी आधार आहे तर विचार करून पाहा!

आणि एका ग्रंथांत असी गोष्ट लिहिली आहे कीं, ग्रीक देशांत कोणीएक सूज्ञ कवि रस्त्यांतून फिरत असतां, मनुष्यांत अहंकार आणि ईश्वराविषयीं अज्ञान, हीं पाहून रडत असे. तेव्हां कोणी लोकांनीं त्याला, रडण्याचें कारण पुसलें असतां, त्याणें असें उत्तर करावें कीं, "अहो लोकांनो! तुमची दुःखित स्थिति पाहून मला काळजी उत्पन्न झाली आहे. तर तुमच्या अंतःकरणास जो अज्ञानरूप मळ लागला आहे तो दूर करा, आणि आपण कोण आहों, आलों कोठून, आणि पुढें जाणार कोणीकडे याचा पक्केपणीं विचार करा." असें तो वारंवार सांगत असे, तेव्हां अज्ञानी लोक त्याजकडे पाहून हंसत असत; आणि त्यांणीं त्याचें नाव रडवा कवी असें ठेविलें होतें. तो इतका दयाळू असे कीं, लोकांचें दुःख त्याच्यानें साहवलें नाहीं ह्मणून तो शेवटीं एकीकडे रानांत जाऊन राहिला; मग कांहीं दिवसांनीं त्या लोकांतील कित्येकांस आपल्या मूर्खपणाचा अनुभव आला.

पृथ्वीवरील सर्व सुखांकडे एक क्षणभर लक्ष

देऊन पाहा! तीं किती क्षणभंगुर आणि दुःख-मिश्रित आहेत १ त्यांचा प्रकार असा, नाना प्रकारचे रोग, हानि, विघ्नें, नाश, दरिद्र, विपत्ती हीं सर्वकाळ मनुष्यामागें लागलींच आहेत. मनुष्याची कितीहि शक्ति असली, तरी ईश्वरी-अवकृपा झाली ह्मणजे ती क्षणामध्यें तृणवत् होऊन जाती. तो कितीहि विद्वान् असला तरी क्षणांत पशुवत् होतो. कोणी कितीहि द्रव्यवान असला, आणि तो कितीहि द्रव्यास जपला, तरी तें जावयाचा समय आला ह्मणजे कसें जातें हें समजतहि नाहीं. मग त्याला आपोआप पायफुटत असतात. आपणास उपयोगी पडणारे जे सोयरेधायरे ते कितीहि शक्तिमान असले तरी क्षणांत अनुपयोगी होऊन जातात. या प्रकारचे घोर मनुष्यामागें असतां, त्यास गर्विष्ठ असावयास कांहीं तरीं प्रयोजन असेल तर पाहा! मनुष्याला सुखापासून गर्व होऊं नये, ह्मणूनच परमेश्वरानें ऐहिक सुखें क्षणिक आणि दुःखेंकरून युक्त, असीं केलेलीं आहेत. जसा हत्ति मदोन्मत्त झाला ह्मणजे त्याला स्थितीवर आणावयास माहात त्याचें मस्तक तीक्ष्ण अंकुशानें टों-

वितो, त्याप्रमाणें मनुष्यास सुखापासून मद उत्पन्न न व्हावा आणि त्याची शुद्धि न जावी, ह्मणून ईश्वरानें नाना प्रकारचे रोगरूप व दुःखरूप अंकुश करून ठेविले आहेत. असें असतांहि मनुष्य शुद्धीवर कोठें येतो! तो हत्ति प्रयत्नें करून वळणीस येतो, परंतु मनुष्य येत नाहीं. मनुष्याच्या अति गर्वाकडे पाहून एक इंग्रज विद्वान् असें ह्मणतो, "अरेरे, अधम मनुष्या! तूं एवढा परतंत्र आणि दुःखें करून व्याप्त, असा असतांहि तुला तिलमात्र अधिकार प्राप्त झाला, ह्मणजे तूं एवढा अहंकार करितोस कीं, जो सृष्टीचा कर्त्ता तो, तुजपुढें कांहींच नाहीं असें तूं मानितोस; हें तुझें दुराचरण पाहून आकाशांतील देवदूत तुजविषयीं शोक करितात."

मनुष्यानें आपल्यास कितीहि सत्ता मिळविली तरी ती क्षणिक आहे, तसेंच आपलें शरीरहि नाशवंत आहे, आणि ईश्वर सर्वव्यापक असून, आपलीं सर्व कर्मैं तो पाहातो, हें निरंतर लक्षांत ठेवावें. असी वर्त्तणूक ठेवून, भूतदया, परोपकार, इत्यादि करीत असावीं, ह्मणजे अंतःकरण उत्तरोत्तर शुद्ध होत जाईल. या प्रकारें आचरण

ठेविलें ह्मणजे अहंकार व दुसऱ्या नानाप्रकारच्या दुर्वासनारूप अंतःकरणाचा जो मळ, तो कमी होऊन सुखाची वृद्धि होत जाईल. कोणी असें समजतात कीं ज्यापासीं पुष्कळ द्रव्य आहे तोच सुखी, तर असेंच केवळ आहे असें नाहीं कित्येक असे आहेत कीं, लक्षावधि रुपये जवळ असूनहि जन्मभर दुःखीच असतात. सुख देण्यास केवळ द्रव्यच समर्थ आहे असें नाहीं. सुख प्राप्त होण्यास ईश्वरी कृपा आणि मनाची संतुष्टता असली पाहिजे. हीं दोन प्राप्त झालीं ह्मणजे तोमनुष्य सुखी असा समजावा.

ईश्वरानें ज्या स्थितींत मनुष्यास ठेविलें, तींत असंतुष्ट असणें हेंच दुःखास कारण; जी स्थिति ईश्वरानें आपणास दिल्ही, तींतच संतुष्ट असावें, आणि सन्मार्गानें चालत जावें, ह्मणजे त्याजपासून कल्याण होत जाईल.

सारांश याप्रमाणें वर्त्तणूक करून अंतर्बाह्य शुचिर्भूतपणा ठेवून, परम दयाळू जो परमेश्वर त्यास अनन्यभावें शरण जावें, ह्मणजे सर्व गोष्टी सुलभ होऊन सुखांचा उत्कर्ष होत जाईल.

समाप्तम्